罗马书

1 我，保罗、基督耶稣的仆人，受
上帝的召唤成为一名使徒*，被选
来传播上帝的福音。
2过去，上帝已通过先知*在
《经》*里宣布了这福音。3福音是关
于上帝之子，即我们的主耶稣基督的
事情。做为一个凡人，他是大卫*的后
裔，4但是，通过神圣的灵*，他从死
里复活，奇迹般地被宣告为上帝之
子。5通过主基督，我们领受了恩典和
使徒的身份，并代表他把来自信的服
从带到了所有的外族人中间。6你们也
在其中蒙受了上帝的召唤，属于耶稣
基督。
7这封信是写给你们所有在罗马受
上帝所爱、并受召成为圣民*的人
的。愿上帝我们的父和主耶稣基督，
赐予你们恩典与和平。

感恩的祷告

8首先，通过耶稣基督，我为你们
所有的人感谢我的上帝，因为你们的
信仰被传遍了全世界。9上帝—我籍
传播有关他儿子的福音而全心全意侍
奉的上帝—可以为我作证，在祷告
中，我总是提到你们。10我总是请求
按照上帝的意愿，让我最终能去拜访
你们。11我渴望见到你们，以便与你
们分享属灵的恩赐，好使你们得到力
量，12我是说，当我在你们中间时，
我们可以用来自你们和我们的信仰，
一同得到鼓励。13兄弟们，我要你们
知道，有很多次，我都想来拜访你
们，为的是我可以在你们中间得到些
成果，就如我在其他的外族人中所做
的那样。可是直到如今仍受到阻碍。
14我欠你们所有人的债，不论是希
腊人，还是非希腊人，不论是有学问
的人，还是没有学问的人。15所以，
我迫切地要把福音也传播给你们在罗
马的人。
16我以福音为自豪，因为它是上帝
用以拯救每个相信的人的力量—首先
是拯救犹太人，然后是外族人。17福
音揭示了上帝的义行自始至终都是以
信仰为基础的，正如《经》上所说：
"与上帝和好的人凭信仰而活。"

所有的人都犯过错

18上帝从天上向所有邪恶和不义的
行为显示了他的愤怒。这些行为是
由用不义来压制真理的人们所做
的。19上帝显示了他的愤怒，因为关
于上帝的一切，已经清楚地让他们知
道了，因为上帝使他们对此一清二
楚。20自创世以来，上帝那看不见的
品格—他永恒的力量和神性—被清楚
地看到，因为它们能从上帝所造的事
物被认知，因此，人们是没有借口
的。21他们过去虽然知道上帝，但是
却不把应有的荣誉归于他，也不向他

使徒：耶稣所选来用特殊的方式来代表他的人。

先知：上帝的代言人。

《经》：神圣的著作—旧约。

大卫：在耶稣前的一千年的以色列王。

神圣的灵：也许是圣灵。

圣民：上帝的子民被称圣，因为通过基督使他们圣洁，只属上帝。

表示感恩。相反，他们的思想变得无
用，愚笨的内心充满了黑暗。22尽管
他们曾自称聪明，但是实际上却成了
蠢人，23他们把永生的上帝的荣耀变
为类似必死的人类、飞禽走兽和爬行
动物的偶像*。
24于是，上帝任凭他们放纵自己的
情欲，在淫乱中互相玷污自己的身
体。25他们把关于上帝的真理变为谎
言，他们不去崇拜和侍奉造物主，却
去崇拜和侍奉被造之物。创世主应该
永远受到赞美，阿们！
26因此，上帝任凭他们放纵令人羞
耻的情欲。女人放弃了自然的性关系
去追求不自然的性关系；27同样男人
放弃了与女人之间的自然的性关系，
彼此燃起了欲火。他们彼此间犯下了
猥亵的行为，于是他们为自己的堕落
受到了应得的惩罚。
28既然他们拒绝承认上帝，上帝便
任凭他们去存腐败的心，去做他们不
该做的事情。29他们充满了各种不
义，邪恶，贪婪，恶毒，也充满了嫉
妒、凶杀、争斗和尔虞我诈，对人充
满了恶意，说闲话，30诽谤，他们憎
恨上帝，粗野无理，骄傲自负，惹事
生非，不孝顺父母；31他们愚昧无
知、言而无信、没有爱心和怜悯之
心。32虽然他们知道，按照上帝正义
的法令，做这些事情的人是该死的，
但是，他们不但自己这么做，而且，
还赞同做这些事情的人。

犹太人也有罪

2 所以，我的朋友，无论你是谁，
当你评判时，都没有借口为自己
开脱，你在评判别人的同时，也是在
为自己定罪，因为你自己也犯了同样
的罪。2现在我们知道，上帝对做那种
事情的人的评判，是公正的。3但是，
我的朋友，你在评判那些做那些事的
人的同时，自己也在做同样的事情。
你以为你会逃脱上帝的审判吗？4或者
你是不是轻视了上帝博大的仁慈、宽
容和耐心，或许你不明白他的仁慈是
为了要引导你去悔改呢？5但是，由于
你顽固不化和不肯悔改的心，你们为
审判日给自己积累的愤怒越来越多，
因此在上帝显示他愤怒的那天，你就
会受到更大的惩罚。6上帝会按照每人
的所作所为，报应他们每一个人的。
7对于那些通过坚持行善，追求尊严、
荣誉、和不朽的人，上帝会赐给他们
永生，8但是，对于那些自私拒绝真理
而去追求不义的人，上帝的愤怒和惩
罚将会降临到他们身上。9痛苦和磨难
将落在做恶的人身上，首先是犹太
人，然后是希腊人。10但是，所有行
善的人都会得到尊贵、荣誉和平安，
首先是犹太人，然后是希腊人。11上
帝待人一视同仁。
12有律法*的人和从未听说过律法
的人犯了罪都是一样的。没有律法
的人和罪人都将灭亡。同样，有律
法的人和罪人都将受到律法的审
判。13因为在上帝眼里，义人*并不
是那些听到律法的人，而却是那些
履行律法的人。14外族人没有律法，
但是他们依着本性，做合乎律法的
事情，所以，尽管他们没有律法，
但是他们就是自己的律法。15他们显
示出律法的要求是写在他们心里
的。他们的良知也为此作证。他们
的思想则时而谴责自己，时而为自
己辩护。16按照我所传播的福音，这
一切都会发生在上帝通过耶稣基督
审判人类秘密的那一天。

犹太人与律法

17你自称是犹太人，信赖律法，
并且自夸接近上帝。18因为你在律法

偶像：由木头、石头或金属所造，人们象崇拜神一样崇拜它们。

律法：上帝的律法。它在摩西的律法中被描述。

义人：正义之人。

中受到了指教，所以知道上帝要你
做的事情，并知道这些是非常重要
的事情。[19]你确信自己是盲人的向
导，黑暗中人们的一线光明，[20]无知
者的指导者，孩子们的老师。因为
你有律法，你知道每件事和所有的
真理。[21]那么，你为什么只教育别
人，而不教育自己呢？为什么你告
诉别人不要偷盗，而自己却偷盗
呢？[22]为什么你告诉别人不要犯通奸
罪，而自己却犯通奸罪呢？你憎恨
偶像，为什么却偷盗大殿*里的东西
呢？[23]你以律法自夸，为什么却要破
坏律法，给上帝带来耻辱呢？[24]正如
《经》上所说："因为你们，上帝
的名字在异教徒中受到了亵渎。"

[25]你遵守律法，割礼才会有价值，
如果你违反了律法，你的割礼就算不
上割礼。[26]没有施割礼的人遵守了律
法的要求，那么，他虽然未受割礼，
但岂不是与受过割礼一样吗？[27]肉体
上虽未受过割礼但却履行了律法的人
将会来审判你们，因为尽管你们有书
写的律法，并受过割礼，但却违反了
律法。

[28]只在外表上当犹太人，并不是
真正的犹太人，只在外表上受到割
礼，也不是真正的割礼。[29]真正的犹
太人是发自内心的，真正的割礼是
内心的割礼，它是由上帝的灵*所施
的，而不是借助书写的律法。这样
的人所受到的赞扬不是来自人类，
而是来自上帝。

3 那么犹太人又有什么优越的呢？
割礼又有什么价值呢？[2]在各方面
都有很多。首先，上帝把他的信息托
付给了犹太人。[3]诚然，一些犹太人
对上帝不忠实，但是这会阻止上帝做
他许诺过的事情吗？[4]当然不会！即
便是每个人都是假的，上帝却一定是
真实的。正如《经》上所说：

"你说话时，会证明你的正确，
你受审时，你将胜诉。"

[5]如果我们不义*能更显示上帝的
义。那么我们能说他惩罚我们是不公
正的吗？（我是站在凡人的角度在说
话。）[6]当然不是！如果他不是公正
的，他怎么能够审判世界呢？

[7]但是，你可能会说："既然我的
谎言能够更加显示上帝的真实，并为
他带来荣耀，那么，为什么我还要被
定罪呢？"[8]为什么不说："让我们
作恶以成善"呢？许多人指责我们，
说我们教这样的话。说那些话的人是
错误的，他们应该被定罪。

所有的人都有罪

[9]那么我们犹太人比外族人更好吗？
一点也不！我已经说过，犹太人和外族
人一样，都处在罪恶的权力之下。

[10]正如《经》上所说：

"没有义人，一个也没有！
11 没有理解的人，
没有寻求上帝的人，
12 人人都背弃上帝，个个变得
无用，
没有行善的人，一个也没
有！"

《诗篇》14:1-3

13 "他们的嘴巴象敞开的坟墓，
他们的舌头用作骗人。"

《诗篇》5:9

"他们唇齿间吐出蛇的毒液，"

《诗篇》140:3

14 "满口都是恶毒和咒骂。"

《诗篇》10:7

15 "他们动辄就想杀人，
16 所到之处，无不留下废墟和
悲伤。

大殿：为人们所崇拜的地方。

灵：圣灵，又被称为上帝之灵、基督之灵和慰藉者。他与上帝和基督合为一体，在世界人民中间从事上帝的事业。

义：正义。

17 他们不知还有和平之路。”
《以赛亚书》9:7-8
18 “他们对上帝毫无敬畏。”
《诗篇》36:1
[19]我们知道，律法的条例是针对在
律法下的人所说的，是为了阻止人类
有借口，使全世界的人都伏在上帝的
审判之下。[20]没有人因为遵守律法而
跟上帝和好，因为通过律法而来的，
是对罪的承认。

上帝使人类与他和好的方式

[21]但是，事实上，除开律法，上
帝的义行已为人所知，律法和先知
都对此做了证实。[22]上帝通过人们对
耶稣基督的信仰，使他们与自己和
好，上帝就是这样一视同仁地对待
所有信仰耶稣基督的人。[23]因为所有
的人都犯过罪，都不配领受上帝的
荣耀。[24]但是由于他的恩典作为无偿
的馈赠，通过上帝在耶稣基督之中
所达到的赎回使人们得以跟上帝和
好。[25]上帝献出了耶稣，以他的死作
为祭品，由此，人们通过他们的信
仰，使罪孽得到了宽恕。上帝这么
做，显示了他一贯是正义的。过
去，上帝是耐心的，没有因为人们
的罪恶而惩罚他们，[26]上帝献出了耶
稣，也显示了如今他是正义的。上
帝这么做，为的是他能够正确地审
判，并且使任何信仰耶稣的人与自
己和好。
[27]既然这样，还有什么可夸口的
吗？根本没有！凭什么呢？是凭履行
了律法所要求的吗？不，是凭信仰。
[28]（我们认为，一个人与上帝和好，
不是由于他履行了律法的要求，而是
由于他的信仰。）[29]上帝只是犹太人
的上帝吗？他不也是外族人的上帝
吗？是的，上帝也是外族人的上帝。
[30]上帝只有一位，他与那些出于信仰
的犹太人和好，也与那些外族人和
好。[31]那么，是否由于我们坚持了信
仰，就废除了律法呢？绝对不是！我
们反而拥护了律法。

亚伯拉罕之例

4 那么，关于我们的祖先亚伯拉
罕*，我们该说什么呢？关于信
仰，他发现了什么呢？[2]假如亚伯拉
罕凭他的行为在上帝面前被认为是
义人，那么，他就有理由骄傲了，但
是他却不能在上帝面前骄傲。[3]《经》
上是怎么说的呢？“亚伯拉罕相信上
帝，上帝接受了他的信仰。这使他与
上帝和好*。”
[4]给工作的人付工资，不是出于恩
典给他的，而是出于义务。[5]但是如
果一个人并没有做任何使自己与上帝
和好的工作，但是却相信使坏人得
义的上帝，他的信仰就会被算作
义。[6]同样，大卫说到除开行为，上
帝把他算作义的人，是有福的。他
说：
7 “不法行为被宽恕的人，是有
福的，
罪被遮盖的人，是有福的，
8 主不把他的罪过记在账上的
人，是有福的。”
[9]那么，这种祝福只施给那些受过
割礼的人吗？或者也会施给那些未受
过割礼的人吗？（是的，它也会降临
在未受割礼的人的身上的）因为我们
说过“上帝接受亚伯拉罕的信仰，这
使他与上帝和好。”[10]这是在什么情
况下发生的呢？是在他受割礼之前，
还是在他受割礼之后呢？是在之前，
而不是在之后。[11]他后来接受了割
礼，他的割礼只是一个标记，表明在
他受割礼之前，已由于信仰得以跟上
帝和好。所以，亚伯拉罕是所有相
信、但没有受割礼的人的祖先。这

亚伯拉罕：犹太人最受敬重的祖先。
与上帝和好：或在上帝面前得以正义。

些人，在上帝面前被认为是义人*。
12亚伯拉罕也是那些受到割礼的人的
祖先，他们不但受到割礼，并且跟随
我们的祖先亚伯拉罕的信仰的足迹，
那信仰就是在他未受割礼的状况下所
表明的信仰。

凭信仰得到上帝的许诺

13亚伯拉罕和他的后代领受到许
诺，他们将会得到整个世界。亚伯拉
罕得到这许诺，不是由于他服从了律
法，而是因为通过他的信仰而与上帝
和好得到的。14如果通过守法就能得
到上帝的许诺，那么信仰就毫无价值
了，许诺也就一钱不值了。15律法导
致的是上帝的愤怒。如果没有律法，
也就不会出现违背的事情了。

16所以，由于信仰，人们得到上帝
的许诺，这许诺因此是无偿的馈赠。
既然这许诺是无偿的，那么所有的亚
伯拉罕的子民都能得到它。这许诺不
仅仅是给予那些生活在律法之下的人
们，而且也是给予那些象亚伯拉罕那
样有信仰的人。他是我们所有人的祖
先，17正如《经》上所说：“我使你
成为众多民族的祖先。”在上帝眼
里，亚伯拉罕是我们的祖先。亚伯拉
罕信仰的上帝，就是使死人复活、从
无创造了万物的上帝。

18在似乎连一线希望都没有的情况
下，与常人的期待相反，亚伯拉罕仍
然相信，结果，他成为众多民族的祖
先，正如上帝对他所说的那样：“你
的后代将多如繁星。”19亚伯拉罕将
近一百岁了，他的肉体也行将就木，
而撒拉也不能再生育了，但是，亚伯
拉罕的信仰却丝毫没有削弱，20他对
于上帝给他的许诺毫不怀疑。他对上
帝的信仰非但没有减弱，反而更加坚
定，并把荣耀归于上帝。21他完全相
信上帝能够实现他的诺言，22所以：
“他的信仰被接受。这使他与上帝和
好。”23《经》上的这个声明，“他
的信仰被接受”不仅仅是针对亚伯拉
罕所说的，24这些话也是针对我们而
说的，因为我们相信使耶稣我们的主
从死里复活的上帝，所以我们的信仰
也会被接受，与上帝和好。25耶稣被
交了出去，为我们的罪恶而死；上帝
又使他从死里复活，为的是让我们与
上帝和好。

遵从上帝

5 由于信仰，我们得以跟上帝和
好，通过我们的主耶稣基督，我
们得以与上帝和平相处。2通过我们
的信仰，基督把我们带进了现在我们
所享有的上帝恩典的祝福里。我们非
常欣喜，因为我们有分享上帝荣耀的
盼望。3不仅如此，我们甚至为我们
的苦难而感到高兴，因为我们知道苦
难会产生忍耐，4忍耐会产生经受过
考验的性格，受到考验的性格会产生
出希望。5希望不会令我们失望的，
因为上帝的爱通过上帝赐给我们的圣
灵，已经倾注到了我们的心中。

6当我们还软弱无力的时候，基督
便在适当的时刻为我们这些罪人献出
了生命。7很难有人会为义人而死，
即便有人也许有足够的勇气为一个十
足的好人去死。8当我们还是罪人
时，基督却为我们而死，上帝以此展
示出了他对我们深厚的爱。

9由于基督的死，我们得以与上帝
和好，所以，通过基督，肯定我们会
得以拯救，免遭上帝的愤怒。10当我
们还是上帝的敌人时，通过他儿子的
死，我们与上帝重归于好了。既然我
们与上帝重归于好了，那么，借着基
督的生，我们岂不更会得到拯救吗？
11不仅如此，通过我们主耶稣基督，
我们在上帝之中欢喜，通过他我们现
在得以跟上帝和解。

义人：正义之人。

亚当与基督

12罪是通过一个人来到世上的，通
过罪，产生了死亡。结果，死亡降临
在所有的人身上，因为他们都有罪。
13律法颁布之前，世上就有了罪，但
是如果没有律法，罪就不会被算在某
人的账上了。14然而，从亚当到摩西
时代，死亡占据了统治地位，死亡甚
至统治了那些并没有象亚当犯罪那样
而犯罪的人。

亚当就象即将来临的那位，15但来
自上帝的无偿的馈赠与亚当所犯的罪
不同。因为如果因一个人（亚当）的
罪，所有的人都死了，那么也通过一
个人耶稣基督的恩典，上帝更多的恩
典和馈赠已丰盛地赐给了所有的人。
16因为导致定罪的审判是随一次犯罪
而来，而导致宣告无罪的无偿馈赠却
在许多罪之后而来。17因而，既然因
为一个人的犯罪，死亡做了主宰，那
么享受上帝的洪恩和享受与上帝和好
的无偿的馈赠的人们，通过那一个人
耶稣基督更加会做生命的主宰了。

18因此，既然通过一次罪过，定罪
降临到了所有人的身上，那么也通过
一次义行，义和生命降临到了所有人
的身上。19由于一个人的不服从，所有
的人都成了罪人，又由于一个人的顺
从，使所有的人得义。20律法的产生使
犯罪增多了，但是，当罪增加时，上
帝的恩典也就越发增多了，21以便就象
罪通过死亡来统治那样，同样，上帝
的恩典则借助通过耶稣基督我们的主
所带来的永恒生命的义来统治。

死于罪，则活在基督之中

6 那么，我们该说什么呢？我们是
否要继续犯罪，以便使上帝的恩
典倍增呢？2当然不行！我们已死于
罪，怎么还能继续生活在罪孽里呢？
3或者你们难道不知道受过洗礼*进入
基督的我们已受洗进入了他的死亡了
吗？4所以，通过洗礼进入了他的死
亡，我们与他一同被埋葬，以便就如
借着天父荣耀的力量，基督从死里复
活那样，我们也能过上新生活。

5既然我们在象他的那种死里与他
结合到一起，我们也将会在象他的那
种复活里和他结合在一起。6我们知道
这点：我们的旧我已与基督一同被钉
死在十字架上了，为的是使我们的罪
恶的身体被毁掉，使我们不再成为罪
的奴隶，7因为已死的人摆脱了罪恶。

8如果我们与基督一同死去了，那
么我们也相信会与他一同活，9因为
我们知道，从死里复活的基督不会再
死，死亡再也不能控制他了。10他为
罪而死，一举成全了永远，他获得了
新生，他的新生与上帝同在。11同
样，就罪而言，你们认为自己已经死
了，但是，对上帝来说，你们在基督
之中，为上帝活着。

12所以不要让罪孽统治你们必朽的
身体，使你们顺从罪恶的欲望。13你
们也不要作为不义的服务工具，把身
体的任何一个部分交给罪恶去支配，
而是要作为从死里复活的人，把自己
交给上帝去安排，把身体的每一部分
作为为义服务的工具，交给上帝去安
排。14因为你们生活在上帝的恩典
里，而不是生活在律法之下，所以，
罪将不会成为你们的主宰。

义的奴隶

15那么我们该怎么做呢？因为我们
不是生活在律法之下，而是生活在上
帝的恩典之中，我们就应该犯罪吗？
当然不对！16你们应该明白，当你们
作为某人的奴隶去服从他时，你们就
是你们所服从的人的奴仆或做罪的奴
隶，它将导致死亡的奴役；或做服从
上帝的奴隶，它将引导你们走向义。
17但是感谢上帝，你们虽然做过罪恶
的奴仆，但却一心一意地服从了传给

洗礼或浸礼：希腊语，意为把人或东西短暂地浸入、浸泡或没入水中。

你们的典范，18于是你们摆脱了罪
恶，成为义的奴仆。19（你们对这一
切很难理解，所以我便用了一个凡人
所能理解的例子来解释这点。）就象
你们从前把自己身体的部分置于不纯
与无法的控制之下一样，做它们的奴
隶，其结果是无法；而现在，同样，
你们应该把自己身体的部分置于义的
控制之下，做它的奴隶，以至于成
圣。
20过去，当你们是罪恶的奴仆时，
你们不受义的约束。21现在让你们感
到羞愧的那些往事，当时你们从中得
到过什么好处没有？没有，它们最终
只会导致（精神上的）死亡。22现在
你们摆脱了罪恶，成为上帝的奴仆。
这会给你们带来只为上帝的生活，其
结果是永生。23因为罪的代价是死
亡，但是，上帝的无偿馈赠，是在我
们的主基督耶稣之中永生。

婚姻的举例

7 兄弟们，你们都是懂得律法的，你
们肯定知道，律法只对活着的人有
约束力。2例如，按照律法，已婚的女
子，只要她丈夫活着，她就受到律法
的约束，不能够离开她的丈夫，但
是，如果她丈夫死了，她便从婚姻法
中解脱出来了。3如果她丈夫还活着，
她便与另一个男子结了婚，她就被认
为是淫妇。但是，如果她丈夫死了，
律法对他就没有约束力了，她与别人
结婚，就不算犯通奸罪了。
4同样，我的兄弟们，你们旧的自
我已死，通过基督的身体你们已摆脱
了律法。现在你们属于另一位，就是
从死里复活的那位（基督）。我们属
于他，以便我们能够被用来侍奉上
帝。5过去，我们按照我们罪恶的自
我生活时，来自律法的罪恶激情在我
们的身体里进行工作，以至结出引向
死亡之果。6既然我们已死于囚禁我
们的律法，那么，现在我们已从律法
中解脱出来了。所以，现在我们在新
生活里侍奉上帝，这新生活是受灵的
指导，而非受书写的条文指导。

与罪孽做斗争

7那么，我们该说什么呢？我们能
说律法是罪恶的吗？当然不能！不过
假如不是因为律法，我就不知道什么
是罪。的确，假如律法不说：“不可
有贪欲。”我就不会知道贪婪是什
么。8但是，罪抓住戒律提供的机会，
在我之中生出各种贪婪的念头。没有
律法，罪是死的。9在我知道律法之
前，因为没有律法，我活着；但是，
戒律一出现，罪便活了起来。10因为
罪，我在精神上死了，本来戒律是要
带来生命的，但对我来说，却带来了
死亡。11用戒律，罪抓住了机会，欺
骗了我，而且还用戒律杀害了我。
12所以我们断定律法是神圣的，戒
律也是神圣、正义和美好的，13这是
说好事给我带来了死亡吗？当然不
是！而是罪通过好事给我带来了死
亡，以便让我看清罪的真面目。这正
说明了罪是极其罪恶的，戒律被用来
表明这点。

人内心的矛盾

14我们知道律法是属灵的，但我
却是非属灵的人，已经卖身给了罪
恶，成为它的奴隶。15我对自己的
所作所为十分不解。因为我想做的
事情，我不去做；我厌恶的事情，
我却去做。16如果我做我不想做的
事，就是在同意律法是好的。17其
实不是我，而是生活在我之中的罪
恶在做这些事情。18是的，我知道
美好没有生活在我之中，也就是在
我的人类非属灵本性之中。我虽然
有行善的愿望，但是却不能行善。
19因我不做我想要做的好事，相
反，却做我不想做的邪恶事情。20如
果我做了违心的事，那么实际上不

是我，而是生活在我之中的罪恶在
做这些事。
[21]所以，我发现在我之中的这个法
则：我想行善的时候，邪恶总是在此
与我同在。[22]我在内心深处是赞成上
帝的律法的。
[23]但是，我看见自己体内有不同的
律法—罪的律法，它与我内心所接受
的律法交战，使我成为罪的律法的囚
徒。[24]我真惨啊！谁能把我从这必死
的身体里解救出来呢？[25]感谢上帝，
通过我们的主耶稣基督，使我得救！
因此，我在内心里是上帝律法的
奴仆，但是，在我罪恶的人类本性
里，我是罪的律法的奴隶。

圣灵之中的生活

8 所以现在，在耶稣基督之中的人
们不被定罪，[2]因为在耶稣基督
之中，带来生命的圣灵的律法，已把
我从那导致死亡的罪的律法中解脱出
来了。[3]上帝完成了摩西律法做不到
的事情，因为律法已被人类非属灵的
本性所削弱。为了对付罪恶，上帝把
他自己的儿子派来，让他具有我们用
来犯罪的人类的形体，上帝用这个人
的身体，给罪定了罪，（消灭了罪
恶。）[4]为的是使律法的正义要求通
过我们来实现，我们不再按照人类非
属灵本性而是按圣灵在生活。
[5]因为依照人类非属灵本性生活的
那些人，只关心他们人类非属灵本性
的欲望，但是依照圣灵生活的人，关
心的是圣灵的愿望。[6]被非属灵本性
控制的心，只能导致死亡，但是由圣
灵控制的心，却会得到生命与和平。
[7]所以，被罪恶本性所控制的心是敌
对上帝的，因为它不服从上帝的律
法，事实上，他也做不到。[8]那些被
非属灵本性控制的人，是不能令上帝
喜悦的。
[9]但是，如果上帝的圣灵真正活在
你们之中，你们就不会受到非属灵本
性的控制，而是受灵的支配。如果一
个人没有基督之灵，他就不属于基
督。[10]你们的身体因为罪，必死。但是
如果基督在你们之中，圣灵就会给你
们带来生命，因为基督使你们得以跟
上帝和好。[11]既然使耶稣复活那位的灵
生活在你们之中，那么使基督从死里
复活的上帝也会借助生活在你们之中
的圣灵，把生命赐给你们必朽的身
体。[12]兄弟们，我们绝不能受非属灵本
性的控制，不能按我们非属灵本性的
愿望去生活。[13]因为如果你们按照非属
灵本性去生活，你们将会死去。但是
如果你们用圣灵的途径把身体的行为
置于死地，你们就会活下去。
[14]因为凡是受上帝的灵指引的人，
都是他的孩子。[15]你们所接受的圣灵，
不会使你们成为奴隶，不会使你们再
害怕，而是使你们成为上帝收养的儿
女。通过圣灵，我们呼唤“阿爸*”。
[16]圣灵与我们的精神一同作证，宣布
我们是上帝的孩子。[17]既然我们是上
帝的孩子，那么我们也是继承人—上
帝的继承人，与基督一起成为继承
人。如果我们确实与他一同受难，那
么我们便可以和他一起领受荣耀。

我们将会得到荣耀

[18]我认为我们目前所经受的苦难，
与未来将展示给我们的荣耀相比，根
本算不了什么。[19]被造的世界都在殷
切地等待着上帝宣布他的孩子是谁的
那一时刻的到来。[20]被造的世界已遭
受了挫折，这不是出于它自己的愿
望，而是因上帝的意旨。这个被创的
世界怀着这样的希望：[21]被创的世界
或许也会摆脱它自身腐朽的奴役，得
以分享属于上帝儿女荣耀的自由。
[22]我们知道，迄今为止，整个被造
的世界都在不停地呻吟着，就象正在
分娩的产妇一样，经历着痛苦。[23]不

阿爸：即父亲。

但被上帝创造的世界在呻吟，而且我
们的内心也呻吟着。我们已经得到圣
灵作为上帝祝福的收获里的第一批果
实。我们正等待着上帝使我们完全成
为他的孩子，等待着我们的身体获得
自由。[24]我们得救了，所以我们满怀
这希望。假如我们能够看到我们所盼
望的，那就不是盼望了，因为谁盼望
他已经看到的事情呢？[25]如果我们盼
望着我们还没有看到的事情，我们就
会耐心地等待。

[26]同样地，当我们呻吟时，在我们
软弱之际，圣灵*来帮助我们。因为
我们不知道我们应该为何祈祷，但是
圣灵亲自用言语所不能表达的呻吟为
我们向上帝祈求。[27]但是，洞察人内
心的上帝，知道圣灵的意思是什么，
因为，依据上帝的意旨，圣灵替上帝
的子民祈求。

[28]我们知道，在一切事情上，上帝
都在为那些爱他的人的益处工作着。
这些人是受到上帝召唤的人，因为这
是他的计划。[29]上帝在创世之前就知
道那些人，上帝决定了那些人将会象
他的儿子（耶稣）一样。耶稣将是众
多兄弟姐妹的长子。[30]上帝曾计划让
那些人将象他的儿子，并召唤（挑
选）了那些人。上帝召唤了那些人，
并使他们与自己和好，还把自己的荣
耀赐给了跟他和好的那些人们。

在耶稣基督里的上帝之爱

[31]对此，我们该说什么呢？如果
上帝赞成我们，谁还能反对我们呢？
[32]上帝不惜自己的儿子，把他交出来
为我们所有的人而死，那他肯定也会
把一切与他（儿子）一道赐给我们
的。[33]谁会来指控上帝的选民呢？是
上帝宣布了他们无罪。[34]谁是定罪的
那位呢？基督耶稣死了，不过，更重
要的是他复活了，并且还坐在上帝的
右侧，而且还为我们向上帝祈求。[35]谁
能把我们和基督的爱分开呢？是烦恼
吗？是艰苦吗？是迫害吗？是饥荒
吗？是衣不遮体吗？是凶险或剑下的
死亡吗？[36]正如《经》*上所说:

"为了你的缘故，
我们时时刻刻面临着死亡，
人们认为我们如同被屠宰
的羊。"

[37]然而，在这一切事情中，通过爱
我们的上帝（基督），我们赢得了最
辉煌的胜利。[38]因为我坚信，不论是
死还是生，不论是天使，还是统治的
灵，不论是现在还是将来，不论任何
精神力量，[39]不论是在我们之上的任
何事物，还是在我们之下的任何事
物，或其它被造的一切，都无法把我
们与体现在主基督耶稣身上的上帝之
爱分开。

上帝与犹太人

9 我在基督里说实话，我不撒谎，
我那被圣灵照亮的良知可以为我
作证。[2]我为了犹太人，内心感到痛
苦不堪，忧伤不止。[3]他们是我的兄
弟姐妹、骨肉之亲，但愿我能帮助他
们。如果我能帮助他们，我情愿遭受
诅咒，和基督分开。[4]他们是以色列
人*。他们是上帝挑选的孩子，这些
人有上帝的荣耀，有上帝亲自与他们
订立的契约。上帝赐给了他们摩西律
法和正确的崇拜方式，还把许诺赐给
了他们。[5]他们是我们伟大的先父们
的后代，从人类的角度来说，基督来
自这些伟大的先父。基督是凌驾于一
切的上帝。永远赞美他，阿们！

[6]我并不是说上帝没有实践他的诺
言，而是并非所有的以色列后代都是

灵：圣灵，又被称为上帝之灵、基督之灵和慰藉者。他与上帝和基督合为一体，在世界人民中间从事上帝的事业。

《经》：神圣的著作—旧约。

以色列人：犹太民族。

真正的以色列人*，[7]亚伯拉罕的后代
也不都是他的真正的儿女。正如上帝
所说的那样："经以撒所延续的后
裔，才是你的后代。"[8]就是说，自
然繁殖出生的孩子，不是上帝的孩
子，只有应验了上帝许给亚伯拉罕的
诺言而出生的孩子，才是上帝真正的
孩子。[9]那个诺言是这么说的："在
适当的时刻，我会回来，撒拉会生个
儿子。"

[10]不但如此，利百加还生了两个儿
子，他们的父亲是我们的祖先以撒。
[11-12]在他们出生前，上帝便对利百加
说："大儿子要侍侯小儿子。"这是
在他们还没有做任何好事或坏事之
前。上帝在他们出生之前这么说，是
因为这是上帝的计划。他被挑选，是
因为他是上帝想要召唤的人，而不是
根据他们的所作所为。[13]正如《经》中
所说："我喜爱雅各，却恨以扫。"

[14]那么我们该说什么呢？上帝不公
平吗？当然不是。[15]因为他对摩西
说："我要施仁慈给谁就给谁；我要
怜悯谁就怜悯谁。"[16]所以，上帝的
选择不是根据某人的愿望或努力所决
定的，而是出于上帝的仁慈。[17]上帝
在《经》里对法老说："我抬举你到
这个位置是为了这个目的：通过你显
示我的力量，使我的名字传遍世
界。"[18]所以，他要施仁慈给谁就给
谁，要使谁顽固就使谁顽固。

[19]也许你要对我说："既然上帝支
配我们的行为，那么为什么他还要责
怪我们呢？总之，谁能抵抗上帝的意
旨呢？"[20]可是，凡人啊，你是谁？
竟敢跟上帝顶嘴？一个瓦罐怎么能对
制造它的人说："你为什么把我造成
这个样子呢？"[21]难道一个陶工没有
支配粘土的权力，用同一团泥土来造
出他想要造的不同的器皿吗？他不是
既可以用它造一个特殊的，也可以造
一个普通的罐子吗？

真正的以色列人：上帝的子民。

[22]上帝所做的也是如此，虽然他过
去要显示出他的愤怒，让人们知晓他
的权力，但是，他还是以极大的耐
心，宽容了使他发怒的对象们，也就
是那些本应被毁掉的器皿。[23]上帝过
去忍耐着，以便使他丰盛的荣耀为人
所知，并要把这荣耀赐给那些领受到
他的仁慈的人，他已为他们事先准备
好了这荣耀。[24]这些人就是受到上帝
召唤的我们，我们不但来自犹太人，
而且也来自外族人，[25]就象他在《何
西阿》一书中所说的那样：

"那些不曾是我的子民的人，
我将称他们为我的子民；
不曾被爱的人们，
我将要称他们是我所爱的
人。"

《何西阿书》2:23

[26] 在同一处，上帝说道：
'你们不是我的子民—'
在那里他们将被称为活生生
的上帝的儿女。"

《何西阿书》1:10

[27]以赛亚对以色列*呼唤道：
"虽然以色列的后代象海沙那么
多，数不胜数，但是，却只有一小部
分人将会得救。[28]因为主将迅速彻底
地执行降临在地上的判决。"

[29]正如以赛亚预言的那样：
"假如万能的主没有给我们留下
后代，我们早就象所多玛和蛾摩拉*
一样了。"

[30]那么，我们该说什么呢？那些不
追求义的外族人结果因为信仰而获
义。[31]而追求会带来义的律法的以色列
人却没有获得那律法。[32]为什么呢？因
为他们这么做，不是凭信仰，而是凭
自己的行为，结果他们跌在那块绊脚
石上了。[33]就象《经》所说那样：

以色列人：犹太民族

所多玛和蛾摩拉：坏人住的城镇。上帝毁掉了这两座城镇来惩罚他们。

"看，我在锡安*放了一块绊脚
石，
是一块绊脚的岩石，
然而，凡是信仰它的人，
不会失望。"

《以赛亚书》8:14； 28:16

10 兄弟们，我内心愿意并代表犹
太人向上帝祈祷，[2]他们将得
救。我为他们作证：他们对上帝的确
很热心，但是却不是以知识为基础
的。[3]他们不知道上帝使人们与他和
好的方式，于是便企图用自己的方式
来使自己得义，所以他们没有接受上
帝使人们得义的方式。[4]基督是律法
的结束，因此所有相信他的人，都可
以跟上帝和好。
[5]针对从律法获义之事，摩西写
道："做这些事情的那人将凭它们而
活。"[6]针对从信仰获义之事，《经》
上说："不要问自己，'谁会上
天？'（也就是：去把基督带下
来。）"[7]"或'谁会下到深渊去？'
（也就是：去把基督从死人当中领出
来。）"[8]不对，《经》上是怎么说的
呢？《经》说："上帝的信息就在你
的身边，在你嘴里，在你心里。"这
也就是我们所传教的信仰的信息。[9]如
果你用嘴承认："耶稣是主"，心里
相信上帝使他从死里复活，那么，你
就会得救。[10]因为我们用心来相信，从
而与上帝和好；用嘴来承认，从而得
到拯救。[11]正如《经》上所说的那样：
"信仰他的人将不会失望，"[12]犹太人
与外族人没有任何区别。全人类只有
一个共同的主，他将慷慨地赐福给所
有呼求他的人。[13]因为，"每个呼求主
的名字的人，都将得到拯救。"
[14]然而，如果他们不信仰他，又怎
能呼求他呢？如果他们没有听说过
他，又怎能去信仰他呢？如果没有人
向他们传道，他们又怎么能听说呢？
[15]如果他们没有受到派遣，又怎能去
传道呢？正如《经》上所说的那样：
"带来福音的那些人的来临是多么地
绝妙啊！"[16]但是，不是所有的人都
服从福音。因为以赛亚说："主，谁
相信我们的信息了呢？"[17]因此，信
仰来自于听到了此信息，当有人传教
关于基督时，这信息便被听到。
[18]但是我要问："他们真的没有听
到过福音吗？"他们当然听到过！
《经》上说：

"他们的声音传遍了整个世界，
他们的话语传到了天涯海
角。"

《诗篇》19:4

[19]但是，我要再问："是以色列人
不理解吗？"首先，摩西引用上帝的
话回答道：

"我要用不是真正一个民族的
人使你们妒嫉，
用一个不理解的民族使你们
愤怒。"

《申命记》32:21

[20]以赛亚曾大胆地说过：

"本不想寻找我的人，却找到
了我，
并不有求于我的人，
我却把自己显示给他们。"

《以赛亚书》65:1

[21]但是关于以色列人，上帝说道：
"我整天等待他们和我言归于好，但
是他们拒绝服从和跟随我。"

上帝没有忘记他的子民

11 于是我问："上帝遗弃他的
子民了吗？"当然没有！我
自己也是一个以色列人，是亚伯拉
罕*的后裔，[2]便雅悯支派的一员。上
帝没有遗弃他的子民，这些人在他

锡安：以色列人的另一个名字，即上帝子民之城。

亚伯拉罕：犹太人最受敬重的祖先。

们出生之前已被上帝选中！你们都
知道以利亚*向上帝控告以色列人的
那段经文，在那段经文里，他恳求
说：3“主啊！他们杀害了您的先
知，拆毁了您的祭坛，我是剩下的唯
一的一位先知了，可是他们还想杀害
我。”4但是上帝是怎么回答他的
呢？上帝说：“我为自己留下七千
人，他们都从未崇拜过假神巴力。”
5现在也一样，上帝出于恩典挑选的
人，所剩无几。6上帝选择他的子民
是靠他的恩典，而不是取决于他们的
表现，使他们成为上帝的子民。如果
成为上帝的选民取决于表现，那么，
上帝的恩典就不再是恩典了。

7结果怎样呢？以色列人没有得到
他们寻求的，但是，被挑选的人却得
到了，其余的人则固执己见，8正如
《经》上所说的那样:

“上帝让他们的心灵麻木，
时至今日，
他们有眼不能看，有耳不能
听。”

《申命记》29:4

9大卫说:

“让他们在自己的宴席上陷入
圈套，被人捉住；
让他们跌倒，受到惩罚。
10 愿他们视线模糊，无法看见，
愿你使他们永远背负困苦，
直不起腰来。”

《诗篇》69:22-23

11于是我问：他们并没有绊倒，坠
入毁灭，对吧？当然没有！但是，由
于他们的错误，拯救降临到外族人的
身上，让犹太人妒嫉起来。12如果他
们的过失给世人带来益处，他们的损
失给外族人带来丰盛的益处，那么，
当有足够的犹太人成为上帝所希望的
那种人时，整个世界岂不获益更大
吗？

13现在我在对你们外族人说话，确
切地说，因为我是外族人的使徒，所
以非常看重自己的任务。14我希望唤
起自己同胞的嫉妒之心，以便拯救他
们中的一些人。15如果他们的被拒弃
倒使世人与上帝和好，那么，当他们
被接纳时，岂不是死者复活吗？

16如果你们把面团的第一部分奉献
给了上帝，那么整个面团也就变得神
圣了；如果树根是神圣的，那么，树
枝也是神圣的了。

17如果有些树枝被折断了，而你
们这些野生的橄榄树枝被嫁接上
去，分享着丰富的橄榄树根，18那么
你们不应该对那些被砍掉的树枝自
夸。如果你们自夸，就应该记住，
不是你们滋养了树根，而是树根滋
养了你们。19你或许会说：“但是，
那些树枝被折断就是为了让我嫁接
上去。”20这话不错，他们被砍掉，
是因为他们缺乏信仰，你们立得住
脚，是因为你们有信仰。所以不要
骄傲自大，而须诚惶诚恐。21如果上
帝不让天然的树枝留下来，他也可
以不让你们留下来。（如果你们没
有信仰的话。）

22由此可见，上帝既是仁慈、又是
严厉的。他对那些失足的人严厉。但
是，如果你们继续留在他的仁慈里，
上帝便会对你们仁慈相待，否则你们
也会被从树上砍下来的。23而且，如果
犹太人不再固执不信的话，他们还会
重新被嫁接回去，因为上帝能把他们
再嫁接上去的。24既然你们外族人就象
从野橄榄树上砍下来的树枝都被不自
然地嫁接在一株经过栽培的橄榄树
上，那么犹太人就象生长在栽培的橄
榄树上的树枝，上帝再把他们嫁接在
原来的树上，岂不是要容易的多了！

25兄弟们，我不想要你们对这个奥
秘一无所知，免得你们自以为聪明，
这个奥秘就是，部分以色列人会固执
己见，直到外族人全部皈依上帝为

以利亚：大约在公元前850年的一位先知。

止，26然后，整个以色列将会得到拯救
的途径。正象《经》上描述的那样：
“救世主将要来自锡安*，
他要把雅各*家族的一切罪恶
除去，
27 当我免除他们所有的罪过时，
我要和他们立下这份契约。”
《以赛亚书》59:20-21； 27:9
28犹太人拒绝接受福音，所以成
为上帝的敌人，外族人因此受益非
浅。但是，由于上帝的选择和他对
族长们的许诺，犹太人依旧是上帝
所爱的子民。29因为上帝对他所召唤
的人和他的恩赐，从不改变主意。
上帝绝不会收回他对人民的召唤。30正
如曾经不顺从上帝的你们，由于犹
太人不顺从，现在得蒙上帝的仁
慈，31因此，现在犹太人也变得不顺
从了，就是因为上帝对你们的仁
慈，他们也能得到仁慈。32上帝使全
人类陷于不顺从之中，以便对他们
所有的人施仁慈。

赞美上帝

33上帝的恩典是何其地丰富，他的
智慧和知识是何其地深奥！他的判断
是何其难测！他的道是多么地难以理
解！34正如《经》上说的那样：
“谁知道上帝的心思？
谁能当上帝的参谋？”
《以赛亚书》40:13
35 “谁先给过上帝什么，
使他不得不偿还呢？”
《约伯记》41:11
36万物都是上帝创造的。万物都是
通过他，也是为了他而存在的。愿荣
耀永远属于他！阿们。

锡安：以色列人的另一个名字，即上帝子民之城。

雅各：以色列十二支派的的祖宗。

为上帝奉献生命

12 为了上帝的恩典，兄弟们，我
请求你们，把你们的身体作为
活祭，只奉献给上帝，让他欢喜。这
才是应有的精神敬拜。2不要再让这个
世界的标准引导你们，而是通过更新
思想来改变自己，以便发现并接受上
帝对你们所希望的，也就是那些美好
的、完美的和让他喜悦的事情。
3所以，凭着上帝给我的恩赐，我
要对你们各位说，不要过高地、超乎
合理地看自己，而是要用切实的方式
按照上帝托付给你们每个人的信任的
份量来看自己。4就象我们每个人的身
体是由许多部分组成的一样（而且不
同部分有不同作用），5同样，我们虽
有许多人，但在基督里，我们却是一
体的，我们是这个身体的组成部分，
是互相关联着的。6根据上帝给予我们
的恩典，我们得到了不同的恩赐：如果
一个人得到的恩赐是预言*，那么，就
让他凭相称的信仰尽力去运用这恩
赐；7如果这恩赐是服务，就让他尽力
去服务；如果是教授，就让他尽力去
教授；8如果是劝勉，就让他尽力去劝
勉；如果是帮助别人，就让他带着真
挚的动机去做；如果是作领袖，就让
他不辞辛劳，孜孜不倦；如果是体恤
关心人，就让他高高兴兴地去做。
9爱必须真诚，要憎恨邪恶，对美
好的事物要执着。10用兄弟般的爱，
把自己奉献给彼此吧，在荣誉方面，
彼此应该高估对方；11侍奉上帝时切
忌偷懒，在精神上，要热忱地为他人
服务。12在盼望中，要快乐；在困苦
中，要忍耐；要坚持祈祷。13要与上
帝的圣民同分担困难，要热情好客。
14为迫害你们的人祝福，而不要诅
咒他们。15与欢快的人们同乐，与忧
伤的人们同忧；16彼此要和平相处，
不要骄傲自大，要乐意和卑微的人交
往，不要自以为是。

预言：上帝赐给某人为他代言的能力。

17不要以恶报恶；大家都认为是好
的事情，要踊跃去做。18要尽全力与
人和睦相处。19亲爱的兄弟们，不要
为自己复仇，而是要等上帝的愤怒去
惩罚他们。因为《经》上说“主说
道：‘我是施行惩罚的那位，我会报
复。’”＊20相反，“如果你的仇人饿
了，给他吃的；如果他渴了，给他喝
的；如果你这么做，会让他无地自容
的*。”21不要被邪恶击败，要用美好
击败罪恶。

13 每个人都必须服从政府权威的
统治，因为没有哪种权威不是
来自上帝的。那些存在的权威都是由
上帝任命的。2所以，反抗权威的
人，就是在对抗上帝的命令；违抗上
帝命令的人，会给自己带来审判。3行
善的人不害怕统治者，但是作恶的人
却害怕他们。如果你不想害怕统治
者，就要行善，这样，你就会得到统
治者的赞扬。4是的，他是上帝的仆
人，为了你的益处工作着。如果你干
了坏事，你就该害怕，因为他惩罚和
判处死刑的权力是真实的。他是上帝
的仆人，要执行上帝对那些作恶并令
上帝愤怒的人的惩罚。5所以，服从
是必要的，不仅是因为害怕上帝的惩
罚，并且也是出于良知。

6这也是你们为什么要交税的原
因，因为他们是上帝的仆人，专门从
事贯彻这件事情。7把欠人的债还给
他们，把你欠的税付给他。要敬畏该
敬畏的人，把荣誉归于应得的人。

爱他人是唯一的法律

8不要拖欠任何人的债，除非是欠
彼此相爱的债。因为爱同胞的人，已
经执行了律法。9戒律上说：“不可
通奸”，“不可杀人”，“不可偷
盗”，“不可有贪念”。*还有不论
其它什么戒律，其内容总结起来只有
一句话：“爱人如爱己。”＊10爱不伤
害人，所以爱贯彻了律法。

11你们知道我们处在一个重要的时
代，所以我说了这番话。现在是应该从
沉睡中醒来的时候了，因为现在我们比
最初相信时更接近我们最后的拯救了。
12“黑夜”几乎过去了，“白昼”几乎
来临了。让我们脱去属于黑暗的行
为，换上属于光明的盔甲。13让我们规
规矩矩地生活吧，就象生活在白昼里的
人们那样，而不要沉溺于大吃大喝、淫
乱放荡、争吵和嫉妒之中，14而要把主
耶稣基督穿在身上，不要考虑怎样去满
足罪恶的自我和做恶的愿望。

不要评判别人

14 要欢迎信仰软弱的人，不要为
他有不同的观点而陷入争论。
2一些人相信他们能吃任何食物*，但
是，信仰弱的人只吃蔬菜。3什么都
吃的人不应看不起只吃蔬菜的人，只
吃蔬菜的人也不应该谴责什么都吃
的人，因为上帝已接纳了他。4你为
什么给别人家的仆人定罪呢？他的主
人会判断他的对错。主的仆人会做对
的，因为主能让他正确。

5有人认为这一天比另一天更重
要，也有人认为天天都一样。每个人
都应该肯定自己内心所信仰的。6特
别重视某一天的人，这样做是尊重
主，什么食物都吃的人，这样做也是
尊重主，因为他为自己所吃的东西感

主说道：‘我是惩罚的那位，我会报复。’旧约《申命记》32:35。

无地自容的：直译你就会把燃烧的炭，倒在他的头上。旧约中这表示他们非常的难过或后悔。旧约《箴言》25:21-22:21。

九节：戒律上说：“不可通奸”，“不可杀人”，“不可偷盗”，“不可有贪念”。旧约《出埃及记》20:13-15,17。

“爱人如爱己。”旧约《利未记》19:18。

二节：一些人相信他们能吃任何食物。：犹太律法认为有些食物犹太人不该吃。当犹太人成为基督徒时，一些人不能理解现在他们怎么能吃所有的食物。

谢主。不吃某些东西的人也尊重主，并且为自己所吃的东西感谢上帝。[7]没有人是为自己活的，也没有人是为自己死去的。[8]如果我们活着，是为主活着，如果我们死去，也是为主而死。不论我们生还是死，都属于主。

[9]这就是为什么基督死而复活的目的：他可以成为那些死去和活着的人的主。[10]那么你为什么要责备信仰强的兄弟呢？为什么要看不起弱兄弟呢？我们都要站在上帝的面前接受审判，[11]正如《经》上所说的那样：

"主说：就如我确确实实地活
着那样，
每人都会向我跪拜，
每人都会用嘴承认上帝。"

《以赛亚书》45:23

[12]因此，我们每个人都要在上帝面前做出交待。

不要使他人犯罪

[13]所以，不要让我们再彼此评头论足，而是下定决心，不做任何使兄弟失足或犯罪的事情吧。[14]做为主耶稣里的一员，我知道并深信，任何食物都是干净的。除非有人认为它不干净，这食物对他说来便是不干净的。[15]如果你因所吃的食物伤害了你的兄弟，那么，你所做的事就不是出于爱。不要因为你的食物毁了一个基督为他而死的人。[16]不要允许你们认为是好的事情被他人说成邪恶的事情。[17]上帝的王国不在于吃喝，而在于圣灵给我们的道义、和平与快乐。[18]过这种生活来侍奉基督的人，会得到上帝的欢喜和众人的赞许。

[19]所以，我们应该追求有利于和睦以及加强彼此的事情。[20]不要因为你们所吃的食物而破坏了上帝的工作。任何食物都是干净的，但是，如果因为一个人所吃的东西而导致其他兄弟犯罪，那就不对了。[21]在这种情况下，最好不要吃肉、喝酒，或者做任何使你的兄弟犯罪的事。

[22]你对这些事情的信念，只有你和上帝知道。如果一个人做了他认为正确的事，并且问心无愧，他就是个有福之人。[23]但是，如果一个人对所吃的东西，虽然心怀疑虑，却依然吃了，上帝就会定他的罪，因为他做此事不是出于信仰。任何不是凭信仰所做的事情，都是罪。

15 我们信仰坚定的人对软弱的人的不足之处应该多多包涵，而不求满足自己。[2]我们每个人应该为他人的利益着想，尽量满足他们，意图加强他们。[3]甚至是基督也没有企图满足自己，相反，正如《经》上说的那样："那些侮辱你的人也侮辱了我。"* [4]《经》上所记载的一切都是为了教导我们而写的，为的是通过从《经》里产生的忍耐和勉励，使我们获得希望。[5]愿给人忍耐和勉励的上帝，帮助你们彼此和睦相处，并以基督耶稣为榜样，[6]好让你们大家一起齐声赞美我们的主耶稣基督之父上帝。[7]所以，为了荣耀上帝，你们要彼此接纳，就象基督接纳你们一样。[8]我告诉你们，为了表明上帝的许诺是真实的，基督成了犹太人的仆人，实现了上帝对我们祖先的诺言，[9]以便使外族人赞美上帝对他们的仁慈。正如《经》上所说的那样：

"因此，我在外族人中赞扬你，
歌颂你的名字。"

《诗篇》18:49

[10]《经》上还说：

"外族人啊，
与上帝的选民同乐吧。"

《申命记》32:43

那些辱骂你们的话都落到了我的身上。：旧约《诗篇》69:9。

[11]《经》上又说:
"愿所有的外族人赞美主！
愿所有的人都赞美他。"
《诗篇》117:1

[12]以赛亚也说:
"耶西*支派要出现一位后代,
他要站起来，统治外族,
世人会把希望寄托在他的身
上。"
《以赛亚书》11:10

[13]愿上帝，希望之源，因为你们信
任他而使你们充满欢乐与和平，也使
你们的希望借着圣灵的力量不断增
长。

保罗谈他的工作

[14]我的兄弟们，我本人深信你们善
良，知识丰富，并能彼此劝勉。[15]我
冒昧地给你们写信，再次提醒你们那
几件事，是因为上帝把这馈赠赐给了
我，[16]让我在外族人中做基督耶稣的
仆人，为外族人服务。我象祭司一样
宣讲上帝的福音，为的是让外族人通
过圣灵所做的祭献为上帝所接纳。

[17]所以，我为在基督耶稣里为上帝
所做的工作而感到自豪。[18-19]我只敢
说基督用我的言行，用神迹、奇迹的
力量和上帝的圣灵的力量，使外族人
服从了上帝。因此，从耶路撒冷一直
到以利哩古一带地区，我已传播了关
于基督的福音。[20]我的雄心一直是,
在基督的名字不被人知的地方宣扬福
音，免得我的工作会建立在他人的基
础之上。[21]就象《经》上说的那样:
"那些没听说过他的人,
将要看到,
没有听说过他的人,
将要明白。"
《以赛亚书》52:15

耶西：耶西是大卫，即以色列王的父亲。

保罗访问罗马的计划

[22]由于我在这些地区的义务，多次
使我前去拜访你们未能成行。

[23]但是，我现在已完成了在这一
带的工作。多年来，我一直希望拜
访你们。[24]我计划在去西班牙的途中
去拜访你们，并与你们团聚一些时
候，之后，让你们送我成行。[25]现在
我要去耶路撒冷，帮助那里的上帝
子民。[26]马其顿和亚该亚的教会决定
捐款援助耶路撒冷上帝的圣徒中的
贫穷兄弟。[27]他们很乐意这样做，的
确，这也是他们应尽的义务。既然
外族人分享了犹太人属灵的祝福,
那么，他们也应该让犹太人得到物
质上的帮助。[28]所以，当我完成这项
工作后，即把收集到的捐款安全地
交给他们之后，我就路经你们所在
的城市前往西班牙。[29]我知道，我来
看你们时，会把基督丰盛的祝福带
给你们。

[30]我请求你们，兄弟们，凭着我们
的主耶稣基督和圣灵给我们的爱，请
和我一起为我向上帝祈祷，[31]让我能
免遭在犹太的非教徒的危害，并使我
在耶路撒冷的工作能让那里的上帝的
子民满意。[32]如果这是上帝的意愿,
我就可以高高兴兴的来看望你们，并
和你们一同歇息。[33]愿赐平安的上帝
与你们同在，阿们。

保罗最后的话

16 我向你们推荐我们的姐妹非
比，她是坚革哩教堂的女执
事。[2]我希望你们依照上帝子民应尽
的本份，在主内接纳她。无论她需要
你们做什么，都要帮助她。她帮助过
许多人，也帮助过我。

[3]请问候百基拉和亚居拉，他们在
耶稣基督里是我的同事。[4]他们冒着
生命危险救过我的生命。不只是我要
感谢他，所有外族人的教会也都感谢
他们，[5]并请问候他们家中的教会。

请问候我亲爱的朋友以拜尼士，
他是亚西亚第一个皈依基督的人。[6]请
问候为你们辛勤工作的马利亚。[7]请问
候我的亲属安多尼古和犹尼亚，他们
是犹太同胞，是和我一起坐牢的狱
友，他们在使徒中是卓越的，并且比
我先成为基督的信徒。[8]请问候我主
内的朋友暗伯利。[9]请问候耳巴奴，
他在基督里，是我们的同事。请问候
我亲爱的朋友士大古。[10]请问候亚比
利，他经受了考验，是真正的基督教
徒。请问候亚利多布的家人。[11]请问
候希罗天，他是犹太人同胞。请问候
拿其数的家人，他们与主在一起。[12]请
问候土非拿和土富撒，这两位妇女在
主内辛勤地工作着。请问候我亲爱的
朋友彼息，她也在主内辛勤地工作
着。[13]请问候鲁孚，他是一位杰出的
信徒，也请问候他的母亲，她待我象
自己的儿子一样。[14]请问候亚逊其
土、弗勒干、黑米、八罗巴、黑马和
他们的兄弟们。[15]请问候非罗罗古、
犹利亚、尼利亚和他的姐妹、以及阿
林巴和与他们在一起的所有上帝的子
民，[16]请用圣吻问候他们。所有的基
督教会都向你们问候。

[17]我请求你们，兄弟们，提防离间
你们、扰乱你们的信仰、与你们所接
受的教导背道而驰的人，离他们远远
的。[18]因为那种人不为我们的主耶稣
基督服务，只做符合他们胃口的事
情。他们用花言巧语欺骗纯洁的心
灵。[19]所有的信徒都知道你们是多么
地顺从！我为你们而高兴，我要你们
在好事上聪明，坏事上无知。

[20]上帝是和平的源泉，他很快会让
撒旦在你们的脚下被踩得粉身碎骨。

愿主耶稣的恩典与你们同在

[21]提摩太，我的同事，还有同胞路
求、耶孙和所西巴德，都向你们问
候。

[22]我，代笔替保罗写下这封信的德
丢，也在主内问候你们。

[23]那位接待我，又让教会在他家聚
会的该犹也向你们问候。城市的财政
官以拉都和我们的兄弟括士也问候你
们。[24]愿我们的主耶稣基督赐恩典与
你们同在！阿们。*

［[25]愿荣耀属于上帝。上帝用我
所传授的福音使你们更坚强，这福
音是关于耶稣基督的信息，启示了
那隐藏了许多年的奥秘。[26]这奥秘
现在已由先知的著述而公诸于世，
并且按照永恒上帝的命令，让外族
人知晓，为的是使他们相信并服从
上帝。[27]愿通过耶稣基督，荣耀永
远属于英明的、独一无二的上帝。
阿们！］

二十四节：一些希腊版本，此信在第24处便结束了，并删除了第25-27节。另有一些希腊版本，删除了24节，却有25-27节。

License Agreement for Bible Texts

World Bible Translation Center
Last Updated: September 21, 2006

These Scriptures:
- Are copyrighted by World Bible Translation Center.
- Are not public domain.
- May not be altered or modified in any form.
- May not be sold or offered for sale in any form.
- May not be used for commercial purposes (including, but not limited to, use in advertising or Web banners used for the purpose of selling online add space).
- May be distributed without modification in electronic form for non-commercial use. However, they may not be hosted on any kind of server (including a Web or ftp server) without written permission. A copy of this license (without modification) must also be included.
- May be quoted for any purpose, up to 1,000 verses, without written permission. However, the extent of quotation must not comprise a complete book nor should it amount to more than 50% of the work in which it is quoted. A copyright notice must appear on the title or copyright page using this pattern: "Taken from the HOLY BIBLE: EASY-TO-READ VERSION™ © 2006 by World Bible Translation Center, Inc. and used by permission." If the text quoted is from one of WBTC's non-English versions, the printed title of the actual text quoted will be substituted for "HOLY BIBLE: EASY-TO-READ VERSION™." The copyright notice must appear in English or be translated into another language. When quotations from WBTC's text are used in non-saleable media, such as church bulletins, orders of service, posters, transparencies or similar media, a complete copyright notice is not required, but the initials of the version (such as "ERV" for the Easy-to-Read Version™ in English) must appear at the end of each quotation.

Any use of these Scriptures other than those listed above is prohibited. For additional rights and permission for usage, such as the use of WBTC's text on a Web site, or for clarification of any of the above, please contact World Bible Translation Center in writing or by email at distribution@wbtc.com.

World Bible Translation Center
P.O. Box 820648
Fort Worth, Texas 76182, USA
Telephone: 1-817-595-1664
Toll-Free in US: 1-888-54-BIBLE
E-mail: info@wbtc.com

WBTC's web site – World Bible Translation Center's web site: http://www.wbtc.org

Order online – To order a copy of our texts online, go to: http://www.wbtc.org

Current license agreement – *This license is subject to change without notice. The current license can be found at:* http://www.wbtc.org/downloads/biblelicense.htm

Trouble viewing this file – If the text in this document does not display correctly, use Adobe Acrobat Reader 5.0 or higher. Download Adobe Acrobat Reader from: http://www.adobe.com/products/acrobat/readstep2.html

Viewing Chinese or Korean PDFs – To view the Chinese or Korean PDFs, it may be necessary to download the Chinese Simplified or Korean font pack from Adobe. Download the font packs from: http://www.adobe.com/products/acrobat/acrrasianfontpack.html